



防災知識を学ぼう！

南国市と防災協定を締結している株式会社フタガミさんの協力のもと、防災知識を学びました。大切なのは「命を守ること」です。

防災知識を知り、自分にできることを考え、実際に行動し、変わっていきましょう。



知る

私たちは「自分は助かる」と考えがちです。そのため、生き残った後の生活のための備蓄品を用意している人が多くいます。しかし、命が助からなくては生活はできません。周囲の人を守るためにも、まずは自分が生き残る対策が必要です。

今回、私たちは、地震の揺れに強いポーズや落下物からの頭の守り方を体験しました。



ダンゴムシのポーズは転びやすい



カエルのポーズは転びにくい！

前にも後ろにも進める！



周囲にあるもので頭を守ってみます。ポイントは**脇をしめる！**モノと頭の間に**隙間を作る！**



素足で避難するのは難しい！



つっぱり棒の購入時はサイズ確認が重要です。

～同じ訓練を繰り返すだけではダメ～

ある小学校で、毎年教室での発災を想定した同じ訓練をしていました。ある年、休み時間に告知なしで地震避難訓練を実施したところ、外にいる子もほかの教室で遊んでいた子も自分の教室に戻って机の下に隠れたそうです。

机の下に隠れて身を守ることはもちろん大事ですが、その場の状況に応じた判断力、行動力を養う訓練やイメージする習慣が重要です。



考え、行動し、変わる

知識を得て考え行動することで当事者意識を持つようになります。その意識を周りにも広めましょう。

8月上旬、初めての南海トラフ臨時情報が発表され現実味を帯びてきた巨大地震の発生。すぐ来るかは分かりませんが、来てからでは遅いのです。「備えあれば憂いなし」。

まずは知ることから一歩を踏み出してみましょう！



揺れ体験マットは、市役所にもあり、自主防災組織などへ貸し出しできます。ご希望の場合は、**危機管理課**（☎088-880-6575）にご相談ください。



0次防災グッズを作ってみよう！

「防災」をテーマにした広報委員会特集記事の第2弾。防災士の資格を持っている広報委員を中心に、広報委員が自分に合った0次防災グッズを作ってみました。



「0次防災」ってご存じですか？

近年多発する自然災害。国民の防災意識も徐々に向上しています。例えば、最近では多くの家庭に備えられるようになった、たくさんの防災アイテムが詰められた災害用持ち出しバッグ。これは実は「1次防災」と呼ばれるものです。

では、「0次防災」とはいったい何か？一緒に学んでいきましょう！



▲さらに1週間分の備蓄をすることを「2次防災」と言います

身近なアイテムで0次防災防災ボトルをつくろう！



▲実は警視庁も推奨しています

自宅などで被災した時に、3日間は耐えられるようにしようというのが「1次防災」ですが、実際の災害はいつどこで起きるか予想できません。そんなときでも一晩ぐらいなら乗り切れるように、ちょっとした防災グッズをバッグに入れて携帯しておこうという考え方が「0次防災」です。作り方は簡単。100円ショップで買える小型のボトル容器に除菌シートや現金、小型ライトや飴玉などを詰めて携帯するだけ！いざというとき、水筒の代わりにもなるのでお勧めですよ！

ボトルやポーチ、年齢、性別、季節、自分に合った「防災〇〇」を

バッグの大きさによってはボトルが適さない場合があります。今回は取材班から男性2人が防災ポーチづくりに初挑戦！最初は詰めるだけなら簡単だろうと思っていましたが、たくさんの防災グッズを目の前にと、厳選が難しいことに気づきます。改めて防災意識の低さに気づかされた2人は、その日のうちに100円ショップへ駆け込んだそうです（笑）。

また性別や季節によっても持ち歩くものは当然変わってきます。寒い時期は使い捨てカイロをプラスするなど、定期的の中身を見直すことも大切です。

皆さんも、自分に合った「防災〇〇」づくりにぜひ挑戦してみてください！日々、防災意識をアップデートしていきましょう！



▲苦戦の末、防災ポーチの出来上がり！